

УТВЕРЖАЮ
Заведующий *С. Капар* (Капар Е.Н.)

14.10.2022

Меню на 14.10.2022 (Сад)



Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Молочная вермишель	300	248,28	7,95	13,08	30,9	1
Какао на молоке	200	107,08	3,06	3,2	17,34	
Батон с маслом	63	164,86	4,86	1,89	31,53	1
Каша гречневая с растительным маслом и сахаром	130					1
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Завтрак 2						
Яблоко	100	44,74	0,41	0,41	9,96	6
Сок	123	56,58	0,62	0,12	12,42	1
Обед						
Гречневый суп на мясокостном бульоне	200					1
Картофель тушеный с мясом	200	144,42	2,5	6,9	18,08	1
Помидор соленый	22	2,64	0,11		0,51	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Хлеб	47	131,47	4,22	1,53	27	1
Батон	60	209,08	5,98	2,4	41,1	1
Соль	4					1
Полдник						
Бифидок	210	120,23	5,75	6,53	9,62	5
Ватрушка с творогом	140	337,12	10,93	4,06	64,36	
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Ужин 1						
Запеканка творожная	300	463,98	33,96	23,31	28,32	
Сладкая подлива	50	28			18	
Чай на молоке	230	320,64	9,55	10,7	49,11	
Пряник	77	258,72	6,85		56,21	3
Каша гречневая с растительным маслом и сахаром	130					1
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Итого день	3306	3137,58	121,81	79,99	538,72	

Исполнитель: Старшая медсестра *А.М.* (Кулабухова О.В.)

Шеф-повар: *С.М.* (Душина С.М.)